

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU MEROKOK  
PERAWAT PRIA DI RSUD SUKOHARJO

NASKAH PUBLIKASI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Mencapai Derajat Sarjana Kedokteran



Diajukan oleh :

LAYLI NUR ARNIATI

J500100006

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU  
MEROKOK PERAWAT PRIA DI RSUD SUKOHARJO**

Yang Diajukan Oleh :

Layli Nur Arniati

J500100006

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji skripsi Fakultas  
Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Kamis, tanggal 30 Januari 2014

Penguji

Nama : dr. RH Budhi Muljanto

NIP : 200.1541

Pembimbing Utama

Nama : Prof. Dr. M. Fanani, dr, SpKJ(K)

NIP : 300.1098

Pembimbing Pendamping

Nama : dr. Erna Herawati

NIP : 1046

(.....)  
(.....)  
(.....)

Dekan

Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A (K)

NIP/NIK: 400.1243

## ABSTRAK

**Layli Nur Arniati, J500100006. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok Perawat Pria di RSUD Sukoharjo.**

**Latar Belakang:** Stres adalah segala masalah atau tuntutan penyesuaian diri manusia. Jika seseorang tersebut tidak sanggup mengatasinya, maka orang tersebut dapat mengalami gangguan dalam menjalankan pekerjaan. Pada saat mengalami stres, tanpa kita sadari tubuh selalu melakukan manajemen stres. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai. Meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda.

**Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 26 responden dengan karakteristik sampel perawat berjenis kelamin pria dan berperilaku merokok minimal 1 tahun. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Quota Sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skor DASS dan skor perilaku merokok. Teknik analisa data yang digunakan adalah korelasi Spearman's.

**Hasil Penelitian:** Diperoleh hasil penelitian yakni nilai  $r = 0,491$  dan nilai  $p = 0,011$

**Kesimpulan:** Terdapat korelasi antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo dengan kekuatan korelasi sedang.

## ABSTRACT

**Layli Nur Arniati, J500100006. Correlation Between Stress level and Smoking Behavior of Male Nurses of Sukoharjo General Hospital**

**Background:**

Stress is any problems or claims of human adjustment. If the individual is not able to overcome the stress, then he or she may experience disturbances in performing his or her tasks. When an individual is experiencing stress, body is unconsciously always conducting a form of stress management. Smoking is an example of ineffective, more preferred stress managements. Although most people know about negative effects of smoking, but amount of smokers increase and they are youngers.

**Purpose of the Research:** To know correlation between stress level and smoking behavior of male nurses of Sukoharjo General Hospital.

**Method of the Research:** The research is an observational-analytic one with cross-sectional approach. The research involved 26 respondents with characteristics of sample are a male nurse and he has been smoking behavior for 1 year minimum. Sample is taken by using Quota Sampling technique. Measurement tools are DASS score and smoking behavior score. Data analysis of the research is Spearman's correlation.

**Results of the Research:** The research analysis found r value of 0.491 and p value of 0.011.

**Conclusion:** There is a correlation between stress level and smoking behavior of male nurses of Sukoharjo General Hospital and the strength of the corelation was moderate.

---

**Key words:** Stress, smoking behavior, male nurse

## **PENDAHULUAN**

Pada saat mengalami stres, tanpa kita sadari tubuh selalu melakukan manajemen stres. Manajemen dalam menghadapi stres ini merupakan cara yang dilakukan agar kekebalan dirinya terhadap stres dapat ditingkatkan. Manajemen stres yang efektif akan menghasilkan adaptasi yang menetap sehingga menimbulkan kebiasaan baru atau perbaikan dari situasi yang lama, sedangkan manajemen stres yang tidak efektif akan berakhir dengan maladaptif yaitu perilaku yang menyimpang dan merugikan diri sendiri, orang lain ataupun lingkungan. Manajemen stres yang digunakan setiap individu bermacam-macam antara lain dengan makan, banyak tidur, minum minuman keras/alkohol, berdzikir, dan merokok. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai. Meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda (Hawari, 2011).

Dalam penelitian Parrot (2004) efek merokok hanya meredakan kecemasan selama efek nikotin masih ada, namun ketergantungan nikotin dapat membuat seseorang menjadi bertambah stres. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi tetapi perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok, mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Keinginan untuk merokok kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok. Perilaku merokok lebih banyak ditemukan pada orang yang mengalami stres. Walaupun perokok menyatakan bahwa rokok dapat mengurangi stres, tapi kenyataannya berhenti merokoklah yang sebenarnya dapat mengurangi stres (Hasanida & Kemala, 2005).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Setiap orang dalam kehidupannya pernah mengalami suatu peristiwa atau permasalahan yang mengakibatkan stres. Stres merupakan korelasi khas antara individu dengan lingkungannya sehingga membahayakan kemakmurannya. Sumber stres (stresor) adalah kejadian, situasi, proyek, atau perorangan dapat menyebabkan stres. Dalam dunia kesehatan, perawat juga beresiko mengalami stres. Perawat dituntut untuk bertanggung jawab terhadap keselamatan orang sehingga pekerjaan ini bisa menjadi stresor. Jadi dibutuhkan suatu manajemen stres, sebagai proses untuk mengelola kondisi stres pada perawat (Mubin, 2004).

Manajemen stres yang digunakan setiap individu bermacam-macam antara lain dengan berlibur, meditasi, yoga, dan merokok. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai. Meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda karena para perokok percaya bahwa rokok memiliki fungsi sebagai penenang saat mereka merasa cemas dan stres (Hutapea, 2013).

Seseorang yang pertama kali mengkonsumsi rokok mengalami gejala-gejala seperti batuk-batuk, lidah terasa getir, dan perut mual, namun sebagian dari pemula, mengabaikan gejala-gejala tersebut. Biasanya keadaan tersebut berlanjut menjadi tobacco dependency atau ketergantungan tembakau. Tobacco dependency sendiri dapat didefinisikan sebagai penggunaan tembakau yang menetap. Biasanya lebih dari setengah bungkus rokok perhari, dan dilakukan berulang-ulang. Artinya perilaku merokok merupakan perilaku yang menyenangkan dan bergeser menjadi aktivitas obsesif, yang jika dihentikan tiba-tiba akan menimbulkan distress. Hal ini disebabkan oleh sifat nikotin adalah adiktif dan jika dihentikan tiba-tiba akan menimbulkan stres. Walaupun perokok mengetahui dampak bahaya dari merokok, mereka tetap mempertahankannya. Menurut Klinker dan Meeker alasan mereka merokok adalah relaksasi untuk mengurangi ketegangan, dan memudahkan berkonsentrasi (Komalasari dan Helmi, 2000).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di RSUD Sukoharjo pada bulan November 2013. Peneliti memberikan 54 kuisioner di seluruh bangsal, didapatkan 40 kuisioner dalam penelitian tahap pertama sedangkan 14 kuisioner tidak kembali, kemudian dalam kuisioner tersebut, penulis melakukan *screnning* dengan melihat skor L-MPPI responden. Hasilnya, yang memiliki skor L-MPPI  $> 10$  sebanyak 9 responden dan yang memiliki skor L-MPPI  $\leq 10$  sebanyak 31 responden. Dari 31 responden tersebut, yang mengisi kuisioner tidak lengkap sebanyak 5 sehingga total responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi adalah 26 responden. Data hasil penelitian akan diuji SPSS 16 dengan uji korelasi rank-Spearman.

Kriteria Inklusi Pada penelitian ini yaitu perawat pria yang merokok dan bekerja di RSUD Sukoharjo, responden bersedia untuk mengikuti penelitian, responden yang sudah merokok minimal 1 tahun, sedangkan kriteria eksklusinya, kurang lengkap dalam pengisian kuisioner, mengalami gangguan jiwa yang berat, responden dalam keadaan sakit berat, hasil L-MMPI terdapat jawaban “tidak” lebih dari 10.

Variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat stres. Variabel terikat pada penelitian ini adalah perilaku merokok

## **HASIL**

Penelitian ini dilakukan di RSUD Sukoharjo pada bulan November 2013. Peneliti memberikan 54 kuisioner di seluruh bangsal, didapatkan 40 kuisioner dalam penelitian tahap pertama sedangkan 14 kuisioner tidak kembali, kemudian dalam kuisioner tersebut, penulis melakukan *screnning* dengan melihat skor L-MPPI responden. Hasilnya, yang memiliki skor L-MPPI  $> 10$  sebanyak 9 responden dan yang memiliki skor L-MPPI  $\leq 10$  sebanyak 31 responden. Dari 31 responden tersebut, yang mengisi kuisioner tidak lengkap sebanyak 5 sehingga total responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi adalah 26 responden. Adapun hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Persen (%)
1	10 - 20 tahun	1	3,8%
2	21 - 30 tahun	7	27%
3	31 - 40 tahun	9	34,6%
4	41 - 50 tahun	8	30,8%
5	51 - 60 tahun	1	3,8%
	Total	26	100%

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Skor *Deppresion Anxiety Stress Scale* (DASS)

No	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	Stres	20	76 %
2	Tidak Stres	6	23 %
	Total	26	100 %

Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Jumlah Batang Rokok Tiap Hari

No	Jumlah	Frekuensi	Persen
1	0 - 5 batang	15	57,7%
2	6 - 10 batang	6	23%
3	11 - 15 batang	5	19,3%
4	> 15 batang	0	0%
	Total	26	100%

Tabel 4. Distribusi Berdasarkan Frekuensi Lama Merokok

No	Lama	Frekuensi	Persen
1	0 - 10 tahun	8	30,8%
2	11 - 20 tahun	9	34,6%
3	21 - 30 tahun	8	30,8%
4	> 30 tahun	1	3,8%
	Total	26	100%



Tabel 5. Hasil analisis *rank-Spearman*

			Stres	Perilaku Merokok
Spearman's rho	Stres	Correllation coefficient	1.000	.491*
		Sig. (2-talled)	.	.011
		N	26	26
	Perilaku Merokok	Correllation coefficient	.491*	1.000
		Sig. (2-talled)	.011	.
		N	26	26

Tabel 6. Hasil analisis cross tabulation

		Perilaku Merokok		Total
		Sedang	Berat	
Stres	Tidak Stres	4	2	6
	Stres	3	17	20
Total		7	19	26

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, terdapat banyak perawat yang mengalami stres, diperkirakan disebabkan karena tuntutan kerja yang mengharuskan mereka untuk bertanggung jawab terhadap keselamatan orang sehingga pekerjaan ini bisa menjadi stresor. Jadi dibutuhkan suatu manajemen stres, sebagai proses untuk mengelola kondisi stres pada perawat (Mubin, 2004).

Menejemen stres yang digunakan setiap individu bermacam-macam antara lain dengan berlibur, meditasi, yoga, dan merokok. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai. Meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda karena para perokok percaya bahwa rokok memiliki fungsi sebagai penenang saat mereka merasa cemas dan stres (Hutapea, 2013).

Pada umumnya perilaku merokok diawali pada masa remaja dan disebabkan karena adanya model yang ada di lingkungannya, juga berbagai tekanan sosial. Pada saat kebiasaan tersebut sudah terbentuk, faktor sosiallah yang berpengaruh terhadap kelanjutan dari perilaku merokok tersebut. Berdasarkan distribusi responden berdasarkan umur, kebanyakan responden berusia 41 – 50 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Winarno (1997) yang menunjukkan terdapat korelasi positif antara umur dan perilaku merokok (Nainggolan, 2009).

Jumlah rokok yang dihisap perawat pria di RSUD Sukoharjo sebagian besar 0-5 batang. Hal tersebut dikarenakan hampir seluruh responden mengetahui bahaya merokok. Sehingga mereka berusaha meminimalisir bahaya kesehatan mereka, sehingga walaupun mereka merokok tetapi mereka tetap memperhatikan kesehatan tubuhnya, hal ini dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh Didit Haryadi yang meneliti tentang pengetahuan tentang kanker paru terhadap perilaku merokok petugas PMI, didapatkan hasil  $r = 0,198$  yang menunjukkan adanya korelasi antara pengetahuan bahaya merokok dengan perilaku merokok seseorang (Tanjung, 2005).

Penelitian yang penulis lakukan, mendapatkan hasil  $r = 0,491$  dan  $p = 0,011$  dari hasil perhitungan diatas maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat korelasi positif antara stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo dengan kekuatan korelasi sedang. Penelitian lain yang sejenis yang meneliti tentang dampak stres terhadap merokok dan berhenti merokok adalah penelitian dari HRS yang menyebutkan bahwa stres kerja yang tinggi dapat mempengaruhi perilaku merokok seseorang. Penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat korelasi positif antara banyaknya merokok seseorang dengan kelanjutan perilaku merokok seseorang dan keinginan untuk berhenti merokok (Ayyagari *et al*, 2009). Mental Health Foundation menjelaskan bahwa banyak orang merokok sebagai “pengobatan diri” terhadap stres padahal perilaku tersebut merupakan manajemen stres yang buruk. Masih banyak manajemen stres yang dapat mengurangi stres yang dialami misalnya dengan beribadah, berdzikir, meditasi, olahraga, akupunktur, makan makanan yang bergizi dan lain sebagainya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara tingkat stres dan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo dengan kekuatan korelasi sedang.

Bagi rumah sakit, sebaiknya mengadakan pelatihan manajemen stres terhadap perawat dan pelatihan berhenti merokok mengingat banyaknya efek samping yang buruk dari rokok dan stres pada perawat. Bagi perawat, sebaiknya mencegah stres dengan manajemen stres. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lain dengan tema baru yang masih berhubungan dengan perilaku merokok dan stres, seperti hubungan antara frekuensi merokok dengan tingkat stres pada perawat dan lain sebagainya melihat banyaknya responden yang belum diteliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hasanida & Kemala I., 2005. Hubungan antara Stres dan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki. *Psikologia*. Vol 1, No 2.
- Hawari, Dadang., 2011. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI pp. 17-33.
- Hutapea, Ronald., 2013. *Why Rokok?Tembakau dan Peradaban Manusia*. Jakarta: Bee Media Indonesia.
- Komlasari, D. & Helmi, A.F., 2008. Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 2. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press. [http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilakumerokok\\_avin.pdf](http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilakumerokok_avin.pdf). Diakses: 5 Agustus 2013.
- Mubin M.F and Aini I. N., 2004. *Koping Perawat terhadap Stres Kerja di Ruang Rawat Inap Bougenvile Rumah Sakit Tegalrejo Semarang Tahun 2004*. Diakses: 6 Agustus 2013.
- Nainggolan., 2009. *Anda Mau Berhenti Merokok?*. Jakarta: Indonesia Publishing House.

Tanjung, H.D., 2005. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Petugas Kesehatan Tentang Kanker Paru Dengan Kebiasaan Merokok Petugas PMI Cabang Jakarta Barat*. <http://digilib.esaunggul.ac.id/UEU-Undergraduate-2005-31-050/1439>. Diakses: tanggal 2 Januari 2014.